

Efeito da dieta associada ao consumo de Castanha-do-Brasil na qualidade da dieta, nos lipídeos séricos e estresse oxidativo de indivíduos hipertensos e dislipidêmicos

LARA RIBEIRO PINTO, RAFAEL CARVALHO SALES, GRAZIELLE HUGUENIN, GLAUCIA MARIA MORAES OLIVEIRA, ANNIE SEIXAS BELLO MOREIRA e GLORIMAR ROSA

Universidade Federal do Rio de Janeiro, RIO DE JANEIRO, RJ, BRASIL - Instituto Nacional de Cardiologia, RIO DE JANEIRO, RJ, BRASIL.

Introdução: O consumo de castanhas têm demonstrado efeito positivo no controle da dislipidemia e a Castanha-do-Brasil é o alimento que apresenta o maior teor de selênio (Se), um potente antioxidante. **Objetivos:** Avaliar o efeito da dieta associada ao consumo de granulado de Castanha-do-Brasil na qualidade da dieta, lipídeos séricos e estresse oxidativo de pacientes hipertensos e dislipidêmicos em tratamento medicamentoso. **Métodos:** Noventa e um pacientes hipertensos e dislipidêmicos de ambos os sexos (51,6% homens), média de idade $62,1 \pm 9,3$ anos, realizaram um ensaio clínico crossover, randomizado, duplo cego, controlado por placebo onde receberam dieta de acordo com as diretrizes de Hipertensão (2010) e Dislipidemia (2007, 2013) e granulado parcialmente desengordurado de Castanha-do-Brasil 13 g/dia ($\approx 227,5 \mu\text{g}/\text{dia Se}$) ou placebo por três meses com intervalo de *washout* de um mês. Foram investigados os lipídeos séricos, 8-isoprostano plasmático (8-epi $\text{PGF}_{2\alpha}$) e LDL-oxidada no início e final de cada intervenção. Foi utilizado o teste *t Student* pareado e correlação de *Pearson*. Os dados foram analisados no programa SPSS 21 e considerado $p < 0,05$. **Resultados:** A média do IQD-R no início do estudo foi $72,3 \pm 10,55$ e não foi observada mudança, em média, na qualidade da dieta durante o estudo em ambos os grupos de intervenção. O consumo de Castanha-do-Brasil junto ao aumento do IQD-R resultou na redução dos triglicerídeos séricos comparado ao placebo ($-33,19 \pm 25,10$ vs. $18,96 \pm 12,56$ mg/dL, $p = 0,045$, respectivamente) e na redução do 8-epi $\text{PGF}_{2\alpha}$ ($-4,58 \pm 1,76$ vs. $2,18 \pm 0,93$ pg/mL, $p < 0,001$, respectivamente). Ainda, houve uma tendência para maior redução da LDL-colesterol e LDL-oxidada ($p > 0,05$) após intervenção com Granulado de Castanha-do-Brasil comparado ao placebo. **Discussão e conclusão:** O consumo de Castanha-do-Brasil associado ao aumento do índice de qualidade da dieta contribuiu para a redução do 8-epi $\text{PGF}_{2\alpha}$, um marcador de peroxidação lipídica, e redução dos triglicerídeos séricos, consequentemente, para a melhora do estresse oxidativo e do perfil lipídico em pacientes hipertensos e dislipidêmicos.